

事業名

上京区で高齢者がいっしょに健康
長寿をめざす楽しい居場所づくり

実施団体

行ってみよう会

行ってみよう会の目的

ひとりぼっちの高齢者をなくそう。それは、家から出てきてもらう事。行きたくなる、居心地のいい、魅力のある場所を提供しよう。

参加者も、担い手になって貰えれば最高！

コロナ禍での主な活動テーマ

健康長寿に欠かせない、社会参加の場を、減らしてはならない。

感染防止策を万全に「元気で、また会えたね～」を続ける。



居場所は続けることが大事。

「脳トレと体操」をメインに。

野外活動も。植物園の散策。コスモス満開。風が気持ちいい。



今日も来て良かった。
楽しかった！



軽い運動でも、体
を動かすと気持ち
いいね。



指を使う「ものづくり」は、楽しみと脳トレにも